



# BIEN VIVRE LE NUMÉRIQUE EN FAMILLE

Pour les enfants comme les parents, modérer son temps  
passé sur les écrans permet de :



Développer  
la créativité



Avoir une  
meilleure  
concentration



Réduire le  
stress et  
l'anxiété

Favoriser les  
activités en  
plein air



Créer du  
temps pour  
des activités  
diverses et  
variées

Réduire leur  
dépendance  
à la  
technologie



Renforcer les  
relations  
sociales



Améliorer  
le sommeil

Passer plus  
de temps  
en famille



Comprendre  
l'impact des  
technologies

# CAFÉ-DÉBAT VENEZ, ON EN DISCUTE



CONSEILLER  
NUMÉRIQUE

2 CAFÉS-PARENTS POUR SE RENCONTRER



**Lundi 26 mai**

à partir de 19h

Périscolaire de

Lembach

*Rue des écoles*



**Mardi 10 juin**

à partir de 19h

Périscolaire de Hégeney

*35 rue principale*

**RENSEIGNEMENTS**

**Claire Ternet**

Conseillère numérique

07 76 31 59 58

[claire.ternet@sauer-pechelbronn.fr](mailto:claire.ternet@sauer-pechelbronn.fr)

